

The One (fr)

Compte: 32

Mur: 4

Niveau: Novice

Chorégraphe: Marie Claude Gil (FR) - Mai 2023

Musique: The Good Ones - Gabby Barrett



Intro: 16 Comptes

Tag + Restart : Murs 2 (9h00) et Mur 4 (6h00)

Restart : Mur 6 après 8 comptes (9h00)

SECTION 1: RIGHT MAMBO, LEFT MAMBO, FORWARD MAMBO, COASTER STEP

1&2 Rock Mambo PD coté, Revenir PdC PG, Poser PD à cote du PG
3&4 Rock Mambo PG coté, Revenir PdC PD, Poser PG à cote du PD
5&6 Rock Mambo PD devant, Revenir PdC PG, Poser PD à cote du PG
7&8 PG derrière, Reculer PD, Avancer PG

ICI RESTART: Mur 6

SECTION 2: RIGHT STEP LOCK FORWARD, LEFT STEP LOCK FORWARD, STEP ½ TURN, TRIPLE ½ TURN

1&2 PD devant, Lock PG derrière PD, Avancer PD
3&4 PG devant, Lock PD derrière PG, Avancer PG
5-6 PD devant, ½ Tour à gauche, Revenir PG

ICI TAG+RESTART: MURS: 2 et 4 remplacer la section 7&8 par Kick Ball Change PD+Restart

7&8 ½ Tour à gauche en Pas Chassés

SECTION 3: LEFT SWEEP, RIGHT SWEEP, LEFT SWEEP, BEHIND SIDE CROSS, ¼ TURN, TRIPLE STEP, STEP ½ TURN STEP

1-2 Rondé PG vers arrière+ Poser PG derrière, Rondé PD vers l'arrière+poser PD derrière
3&4 Rondé PG vers l'arrière+ Poser PG derrière, PD à droite, Croiser PG devant PD
5&6 ¼ Tour à droite Pas Chassés PD
7&8 PG devant, ½ Tour à droite, PG devant

SECTION 4: RIGHT AND LEFT VAUDEVILLE, CROSS SHUFFLE, SIDE ROCK ½ TURN STEP

1&2& Croiser PD devant PG, Poser PG à coté PD, Talon PD diagonale à droite, PD derrière
3&4& Croiser PG devant PD, Poser PD à coté PG, Talon PG diagonale à gauche, PG derrière
5&6 Croiser le PD devant le PG, PG à gauche, croiser le PD devant le PG
7&8 Rock PG coté, ½ Tour à gauche Poser PG à gauche

<https://www.copperknob.co.uk/fr/stepsheets/47CQDHG/the-one-fr>